

1 MANTÉNGASE INFORMADO

¡Importante!

UNA RADIO QUE FUNCIONE CON BATERÍAS, UNA LINTERNA Y BATERÍAS NUEVAS

Si se interrumpe el suministro eléctrico, la radio puede ser su ÚNICA fuente de información

TENGA EN CUENTA

● LO QUE SE AVECINA

Mire y escuche las noticias y el pronóstico del tiempo

● PLANES DE EVACUACIÓN O DE EMERGENCIA

SU PLAN PERSONAL DEBE INCLUIR:

- Atención médica a domicilio u otros proveedores de atención para la salud
- Administración del edificio
- Planes de evacuación de emergencia

Asegúrese de recibir esta información al menos una vez al año
(CONSULTE LA SECCIÓN 3: CONSERVE UN EQUIPO DE EMERGENCIAS)

● SU EQUIPO PERSONAL DE APOYO DURANTE EMERGENCIAS

Hable con su familia y amigos: descubra quién **podrá ayudar**

- Amigos y vecinos
- Contactos de la comunidad local
- Grupos de iglesia

Deje una copia de sus llaves a un amigo o familiar de confianza

LISTA DE COMPROBACIÓN DE ELEMENTOS ESENCIALES DURANTE EMERGENCIAS

A SALVO EN SU HOGAR

- Agua
Tres galones por persona
(un galón por día)
- Alimentos
no perecederos/que no
requieran cocción para tres días
- Medicamentos
siempre conserve una dosis de
al menos tres días
- Botiquín de primeros auxilios
- Silbato
- Linterna/baterías
- Radio/baterías
- Mantas y prendas abrigadas
- Equipamiento e insumos
médicos
- Un teléfono fijo que no necesite
baterías o carga
(no inalámbrico)
- Abrelatas manual
- Marcadores y cinta en caso que
deba hacer un cartel de ayuda

ELEMENTOS ESENCIALES DE EVACUACIÓN

- Billetera/Identificación
- Linterna/baterías
- Radio/baterías
- Tarjetas de crédito/débito
- Dinero en efectivo/chequera
- Manta
- Toalla/paño para aseo
- Toallitas húmedas
- Desinfectante para manos
- Bolsas de basura de plástico
- Papel higiénico
- Jabón
- Dentífrico/limpiador de
dentaduras postizas
- Insumos para dentaduras
postizas
- Anteojos
- Audífonos/baterías
- Medicamentos para 1 semana
- Copias de recetas
- Dispositivos asistenciales
- Documentos
- Necesidades de las mascotas

3 CONSERVE UN EQUIPO DE EMERGENCIAS

INSUMOS ESENCIALES

PARA TRES DÍAS

Agua

1 persona: tres galones

Alimentos

Suministros para tres días

No perecederos

(instantáneos o que no requieran cocción)

Abrelatas manual

Botiquín de primeros auxilios

Cómprelo o haga uno usted mismo

Silbato

Para pedir ayuda si está atrapado o si no puede salir

Medicamentos

De ser posible, dosis para una semana. Tenga copias de todas las recetas e instrucciones de dosificación. Si tiene alguna otra necesidad médica, escríbala y consérvela dentro de sus equipos de emergencia.

Linterna y baterías nuevas

Radio que funciona con baterías y baterías nuevas

PRODUCTOS PARA LA HIGIENE Y LA COMODIDAD PERSONAL

Manta o bolsa de dormir

Toalla/paño para aseo

Toallitas húmedas/desinfectante para manos

Bolsas para basura/cinta adhesiva/hilos

Papel higiénico

Jabón

Dentífrico/limpiador de dentaduras

postizas

Insumos para dentaduras postizas

Anteojos

Audífono y baterías adicionales

Medicamentos para UNA SEMANA

Dispositivos asistenciales, silla de ruedas, andador, bastón, etc.

Oxígeno ambulatorio

DOCUMENTOS

Guarde copias de todos los documentos esenciales en una bolsa de plástico con cierre hermético

Información de la cobertura/Medicare
Información de contacto del equipo de apoyo

Información bancaria

Información del Seguro Social

Poder legal

Testamentos/escrituras

Copias de todas las recetas

Instrucciones de salud

- Historia clínica

- Alergias

- Otra información

Tarjeta de información de emergencia

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD

Familia, amigos y vecinos, iglesia

Nombre/ubicación

Teléfono

Proveedores de servicio/Administración residencial

Nombre/ubicación

Teléfono

Contactos de respuesta a emergencias

Nombre/ubicación

Teléfono

Ciudad/Pueblo	
Policía	
Bomberos	
Departamento de salud	
Información del Servicio Social (no médica)	Marque 211

2 TENGA UN PLAN: Esté preparado para TODO

PARA ESTAR A SALVO EN SU HOGAR

Escuche las noticias y el pronóstico del tiempo.

Use el sentido común.

Permanezca en su hogar si es muy peligroso salir.

Conserve la calma.

PLAN

PARA REFUGIARSE DE FORMA SEGURA EN SU HOGAR

- Conserve alimentos, agua y medicamentos para tres días a mano
- Verifique el estado del agua y los otros insumos y cámbielos si fuera necesario
- Cambie el agua almacenada cada tres meses

CONOZCA

LA SITUACIÓN

- Escuche las noticias. Si no hay electricidad, use la radio con baterías.
- Coopere con el personal de emergencias de su comunidad.

COMUNÍQUESE CON

SU EQUIPO DE APOYO

- Dígale a las personas dónde se encuentra.
- Pídale que lo llamen para ver cómo está.

RECUERDE

DIFERENTES TIPOS DE CATÁSTROFES

- Nunca salga de su hogar durante una emergencia, a menos que alguien lo ayude.
- Si se interrumpe el suministro eléctrico, manténgase lo más caliente o fresco posible, según la estación.
- Use el teléfono para pedir ayuda hasta que logre comunicarse con alguien.
- Si el teléfono no funciona, ponga un cartel de AYUDA en la ventana para alertar a las personas de que necesita ayuda.



EN CASO DE QUE DEBA SALIR DE SU HOGAR

Conserve los elementos esenciales en un sólo lugar.

Guarde sus anteojos, audífonos y otros artículos importantes en una bolsa cerca de su cama.

PLAN

PARA SALIR

- Sepa con anticipación a dónde podría ir.

CONOZCA

SUS OPCIONES

- Verifique y cambie los insumos del equipo de evacuación regularmente.
- Sepa cómo conseguir un transporte en caso de que lo necesite.

COMUNÍQUESE CON

SU EQUIPO DE APOYO (amigos, familiares, vecinos, iglesia)

- Dígale a las personas dónde se encuentra.

RECUERDE

DOCUMENTOS Y ARTÍCULOS PERSONALES IMPORTANTES

- billetera/dinero en efectivo/tarjetas para cajeros automáticos
- información de su cuenta bancaria
- identificación, pasaporte, certificado de nacimiento, etc.
- tarjetas de seguro
- copias de recetas
- medicamentos
- libreta de direcciones
- teléfono celular y cargador
- libro espiritual
- equipo personal

COMPLETE LA TARJETA DE INFORMACIÓN DE EMERGENCIA

INCLUIDA EN ESTE FOLLETO.
CONSÉRVELA CON SUS EQUIPOS
DE EVACUACIÓN.

**Durante una catástrofe
LOS TELÉFONOS CELULARES O
INALÁMBRICOS PUEDEN NO FALLAR**

Use un teléfono fijo con un cable que pueda enchufarse
directamente en la toma telefónica.

HAGA PLANES PARA SUS MASCOTAS



¡Arme un equipo para su(s) mascota(s) también!
Incluya:
Una foto actual de usted con su mascota

Collar con placa
de identificación
Correa
Medicamentos
Alimento/agua/
recipientes

Caja para desperdicios
Porta mascotas
Manta/cama para mascotas
Juguetes
Información veterinaria

Obtenga más información en:

Ready Wisconsin www.ready.wi.gov	Citizens & Organizations Active in Disaster of Southeastern Wisconsin www.coadwi.org
Red Cross del sudeste de Wisconsin www.redcrossinsewis.org	Milwaukee County Department on Aging www.milwaukee.gov/county/aging

Es un recordatorio para la
seguridad de los ancianos de la



Milwaukee County
Department on Aging

**TODO
puede suceder!**

INUNDACIÓN

TORNADO

TORMENTA DE NIEVE

INCENDIO

DERRAME TÓXICO

TORMENTA

**¿ESTÁ
preparado?**

ES ASÍ DE FÁCIL:

- 1 MANTÉNGASE INFORMADO**
- 2 TENGA UN PLAN**
- 3 CONSERVE UN EQUIPO DE EMERGENCIAS**

Milwaukee County Department on Aging y la American Red Cross del sudeste de Wisconsin ofrecen esta información y sugerencias para su seguridad.